

Bewältigungsstrategien

Die Kommunikation mit Kindern ist sehr wichtig, um die Ziele der Kindersprechstunde zu erreichen. Eine wirksame Methode dafür sind die 7 Techniken für das Gespräch mit Kindern in belastender Situation von Trainings zur psychosozialen Unterstützung geflüchteter Kinder und Familien von Save the Children Deutschland.

Es ist wichtig zu beachten, dass nicht alle Techniken in jeder Situation angewendet werden müssen, und die Kommunikation sollte spezifisch auf die jeweilige Situation angepasst werden. Der Fokus liegt darauf, eine sichere und unterstützende Umgebung für das Kind zu schaffen.

Für Themen, die besonders belastend wirken, sollten v.a. individuelle Anpassungsstrategien und Resilienzfaktoren mobilisiert werden, die es den Kindern erleichtern, selbst besser mit belastenden Situationen umzugehen. Hilfreich sind:

- aktive Kommunikation mit Kindern
- Fokus auf Gegenwart und Zukunft lenken
- Soziale Stabilitätsfaktoren berücksichtigen, d.h. was das Kind in der sozialen Umgebung hat und sich Stabilität gibt.
- Selbstwirksamkeit und Kompetenzen fördern
- Ressourcenorientiert arbeiten
- Hoffnung geben

Im Fall von Unfällen und/oder Traumatischen Reaktionen leistet die Projektmitarbeiterin weitestgehend erste Hilfe und informiert situationsbedingt den Notdiensten, das Sozialteam und die Eltern. Auch solche Geschehnisse werden dokumentiert. Erlebt die Projektmitarbeiterin eine Form von Sekundärtrauma, kann sie dies im Projektteam besprechen und hat zusätzlich die Möglichkeit mit einer Supervisorin zu sprechen und sich von ihr Rat im Umgang damit zu holen.

1. Erster Kontakt (eventuell)

Beginnen Sie die Kommunikation mit der Nennung Ihres Namens, Ihrer Organisation und Ihrer Aufgabe. Setzen Sie sich auf Augenhöhe, achten Sie auf angemessene Distanz und nutze gegebenenfalls Augenkontakt und einfache Körperkontakte.

2. Information (offene und klärende Fragen)

Nutzen Sie offene Fragen, die nicht mit „ja“ oder „nein“ beantwortet werden können, um die Situation besser zu verstehen. Begrenzen Sie die Fragen und vermeiden Sie tiefe Analysen in belastenden Momenten.

3. Aktives Zuhören

Konzentrieren Sie sich auf das Zuhören, unterbrechen Sie nicht und zeigen Sie durch Körpersprache Aufmerksamkeit. Paraphrasieren und ermutigen Sie zur Kommunikation.

4. Normalisierung

Akzeptieren und unterstützen Sie die emotionalen Reaktionen des Kindes als normal in der belastenden Situation. Helfen Sie dem Kind, seine eigenen Reaktionen zu verstehen.

5. Generalisierung

Erweitern Sie die Perspektive, indem Sie zeigen, dass viele Menschen ähnliche Reaktionen teilen. Dies mindert das Gefühl der Isolation und gibt Hoffnung.

6. Triangulation

Wenn direkte Kommunikation schwierig ist, integrieren Sie ein „Drittes Objekt“ wie ein Spielzeug oder eine Puppe, um mit dem Kind zu interagieren.

7. Stabilisierung

Beruhigen Sie die Kinder in belasteten Situationen. Nutzen Sie Techniken wie „Erdung“ oder konzentrieren Sie sich auf die Atmung, um Panik oder Angst zu überwinden.